

*Projet pour l'éducation
thérapeutique
de l'arachnoïdite*

**MANUEL DU PATIENT TRAITÉ
POUR UNE INFLAMMATION DE
LA QUEUE DE CHEVAL ET UNE
ARACHNOÏDITE**

Par

Forest Tennant M.D., Dr P.H.
Veract Intractable Pain Medical Clinic
336 S. Glendora Ave
West Covina, 91790
(626) 919-0064
Fax : (626) 919-0065
E-Mail : veractinc@msn.com
www.foresttennant.com
www.hormonesandpaincare.com

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE
D'UN PATIENT SOUFFRANT
D'ARACHNOÏDITE

SOMMAIRE

1. Protocole clinique pour l'arachnoïdite et l'inflammation	3
2. Votre douleur est-elle suffisamment soulagée ?	4
3. Hormones topiques	5
4. Sommeil	6
5. Exercices d'entraînement de la moelle épinière	7
6. Améliorer l'écoulement de votre liquide céphalo-rachidien	8
7. Compléments alimentaires en cas d'arachnoïdite et d'inflammation	9
8. Régime alimentaire conseillé aux patients souffrant d'arachnoïdite	10/11
9.Élimination de l'électricité	12
10.Les catécholamines en cas de douleur intense et incoercible	13
11. Antalgiques pour des patients éprouvant des douleurs centralisées et constantes	14
12.la façon dont un patient souffrant d'arachnoïdite doit prendre ses antalgiques	15/16
13. Maîtrise de la douleur après la fin du week-end consacré à l'arachnoïdite	17
14.Neuroinflammation : le chaînon manquant	18
15.L'importance du corset dorsal.	19

PROTOCOLE CLINIQUE POUR L'ARACHNOÏDITE ET POUR L'INFLAMMATION DE LA QUEUE DE CHEVAL

ÉTAPES	PROTOCOLE CLINIQUE
1	MAÎTRISE ÉLÉMENTAIRE DE LA DOULEUR
2	SUPPRESSION DE LA NEUROINFLAMMATION
3	TRAITEMENT DE SOUTIEN HORMONAL BASIQUE
4	SOMMEIL APPROPRIÉ
5	ENTRAÎNEMENT DE LA MOELLE ÉPINIÈRE
6	AMÉLIORATION DE L'ÉCOULEMENT DU LIQUIDE CÉPHALO-RACHIDIEN
7	COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES
8	RÉGIME ANTI-INFLAMMATOIRE HYPERPROTÉINÉ
9	ÉLIMINATION DE L'ÉLECTRICITÉ
10	NEURO-HORMONES EN VUE DE LA NEUROGENÈSE

Ce protocole est mis en place progressivement sur une période de 2 mois. Il reste applicable, une fois qu'il est définitivement mis en place, son but étant de stopper l'évolution de la maladie et de procurer au patient un soulagement et un rétablissement suffisants pour lui permettre de mener à bien les tâches de la vie quotidienne et d'atteindre une bonne qualité de vie.

VOTRE DOULEUR EST-ELLE SUFFISAMMENT SOULAGÉE ?

Sans un soulagement de la douleur suffisant, vous ne pouvez pas vous attendre à ce que les parties du protocole concernant les anti-inflammatoires et la régénération des neuro-hormones vous soient d'un grand secours.

Une douleur excessive inhibe la capacité de régénération des racines nerveuses.

Voici le moyen de savoir si votre douleur est suffisamment soulagée :

1. Votre douleur doit être suffisamment soulagée pour vous permettre de vous lever entre 6 h et 7 h. Gardez vos antalgiques près de votre lit et prenez-les chaque matin dès votre réveil. Il est préférable que la première prise s'effectue avant 7 h du matin.
2. Vous devez être levée pour mener à bien les tâches de la vie quotidienne avant 8 h. Les hormones naturelles de l'organisme atteignent leur taux le plus élevé (ou pic) entre 6 h et 10 h. Il est très important que vous soyez active à ce moment-là chaque jour car ce sont les heures auxquelles le corps effectue la plus grande partie de sa cicatrisation et de sa régénération.
3. Effectuez votre dernière prise d'antalgiques dans l'heure précédant votre coucher. Si la douleur vous réveille au cours de la nuit, prenez une dose d'antalgiques.

À RETENIR : SI VOUS N'ÉPROUVEZ PAS UN SOULAGEMENT SUFFISANT DE VOTRE DOULEUR POUR VOUS LEVER ENTRE 6 ET 7 H CHAQUE JOUR, IL VOUS FAUDRA AUGMENTER LA DOSE D'ANTALGIQUES OU TROUVER UN TRAITEMENT MÉDICAMENTEUX PLUS APPROPRIÉ.

HORMONES TOPIQUES

POURQUOI UTILISER DES CRÈMES TOPIQUES?

Les racines nerveuses de la queue de cheval cicatrisent et se régénèrent principalement grâce à des hormones spécifiques qui stimulent la neurogenèse. Vous recevrez 2 crèmes à base d'hormones topiques:

1. La médroxyprogestérone (acétate) - Anti neuro-inflammatoire et neurogenèse
2. Œstradiol - Neurogenèse

QUAND LES APPLIQUER?

Utilisez les crèmes à base d'hormones tous les deux jours :

- ✓ Médroxyprogestérone - Tous les 2 jours
- ✓ Œstradiol - Tous les 2 jours

COMMENT LES APPLIQUER?

Faites pénétrer les crèmes à l'intérieur de la peau au niveau de votre queue de cheval (au niveau des lombaires). Utilisez l'infrarouge pendant 5 minutes pour maximiser l'effet bénéfique obtenu.

COMMENT FABRIQUER DES CRÈMES TOPIQUES ?

Ecrasez et mixez 3 tablettes par litre de crème. Toute crème convient.

- ✓ Œstradiol - 2 mg
- ✓ Médroxyprogestérone - 10 mg

LE SOMMEIL

Un rythme de sommeil régulier renforce l'activité des hormones et des mécanismes immunologiques nécessaires à la neurogenèse.

- ✓ Couchez-vous entre 22 h et 23 h 30.
- ✓ Pratiquez vos derniers étirements et effectuez votre dernière prise de médicaments une demi-heure à une heure avant d'aller au lit.
- ✓ Gardez vos antalgiques près de votre lit. Prenez des médicaments supplémentaires pendant la nuit si nécessaire.
- ✓ Prenez la première dose d'antalgiques au lever entre 6 h et 7 h du matin.
- ✓ L'objectif est de dormir 4 à 8 heures par nuit.
- ✓ Les somnifères les plus fréquemment utilisés sont les suivants : zolpidem (Ambien®), temazepam (Restoril®), et phénobarbital.
- ✓ Prenez de la mélatonine 5 à 10 mg en association avec votre somnifère pour aider à l'endormissement et favoriser la régulation des hormones et du système immunitaire.

EXERCICES D' ENTRAÎNEMENT DE LA MOELLE ÉPINIÈRE

4. ÉTIREMENTS CORPORELS EN POSITION ALLONGÉE

Allongez-vous sur le sol et pratiquez des étirements corporels complets en comptant jusqu'à 10.

5. ÉTIREMENTS CORPORELS COMPLETS EN POSITION DEBOUT

Etirez les mains "jusqu'au ciel" jusqu'à ressentir une pression et des tiraillements dorsaux. Comptez jusqu'à 10.

6. LEVER DE JAMBE EN POSITION ALLONGÉE

Levez la jambe et tenez la position jusqu'à ressentir des tiraillements dans le dos.

7. ÉTIREMENTS DES GENOUX EN POSITION ALLONGÉE

Ramenez les genoux en arrière jusqu'à ressentir des tiraillements dans le dos. Comptez jusqu'à 10.

8. TABLE D'INVERSION

Si possible, une courte séance sur une table d'inversion pourra aider à séparer les nerfs de la queue de cheval des cicatrices

AMÉLIORER L'ÉCOULEMENT DU LIQUIDE CÉPHALO-RACHIDIEN

- ✓ L'arachnoïdite et l'inflammation de la queue de cheval entraînent fréquemment une obstruction de l'écoulement du liquide céphalo-rachidien. Lors d'une obstruction de l'écoulement du liquide céphalo-rachidien, vous serez susceptible de ressentir les symptômes suivants parmi d'autres :
 - Céphalées
 - Vision trouble
 - Incapacité à réfléchir ou à lire
 - Faiblesse dans les jambes
 - Intensification de la douleur ressentie
 - Plus grande faiblesse des fonctions vésicales et intestinales

- ✓ Dans les cas les plus sévères d'obstruction, le liquide céphalo-rachidien ne peut plus débarrasser l'organisme des particules inflammatoires produites par les racines nerveuses enflammées. Cela retarde la cicatrisation. Une autre des fonctions du liquide céphalo-rachidien consiste à apporter les nutriments de l'alimentation aux racines nerveuses de la queue de cheval. Cette fonction peut également être endommagée. Vous devez pratiquer quelques-uns des exercices suivants tous les jours :
 - Se balancer dans un fauteuil à bascule
 - Marcher sur un trampoline
 - Utiliser un appareil de massage, produisant ou non des vibrations pour des massages dorsaux
 - Se tremper ou patauger dans l'eau
 - Marcher en balançant les bras ("Marche Athlétique")
 - Se balancer d'avant en arrière en position debout
 - Frottez votre rachis au moyen de cuivre et d'un aimant

- ✓ Médicament : Il existe un médicament appelé acétazolamide pouvant permettre de fluidifier le liquide céphalo-rachidien. Il se peut que vous souhaitiez l'essayer pendant une dizaine de jours afin de tester son efficacité.

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES POUR L'ARACHNOÏDITE ET L'INFLAMMATION DE LA QUEUE DE CHEVAL

Notre expérience a montré qu'il existe peu de compléments alimentaires efficaces pour nos patients.

Nous recommandons vivement les trois compléments alimentaires suivants :

- ✓ Vitamine B₁₂ - Une ou deux fois par semaine. Elle peut être prise par voie sublinguale (sous la langue) ou par injection.
- ✓ Taurine - 1000 à 2000 mg par jour.
- ✓ L- glutamine - 1000 à 2000 mg par jour.

Prenez la taurine et la glutamine à jeun avec tout liquide.

Vous trouverez ci-dessous la liste de compléments alimentaires dont l'efficacité a été parfois constatée chez quelques patients. Si vous testez l'un ou l'autre des médicaments de cette liste suivez le traitement pendant un mois seulement et interrompez-le traitement, sauf si vous pensez que ces médicaments présentent une réelle efficacité dans votre cas.

- ✓ Vitamine D
- ✓ Acide folique
- ✓ Magnésium
- ✓ Tyrosine
- ✓ Carnitine
- ✓ Curcuma

RÉGIME ALIMENTAIRE POUR LES PATIENTS SOUFFRANT D'ARACHNOÏDITE ET D'UNE INFLAMMATION DE LA QUEUE DE CHEVAL

POINTS IMPORTANTS : PROTÉINES - LÉGUMES - PAS DE PRISE DE POIDS

PROTÉINES

Elles fournissent la base d'acides aminés, nécessaire à la cicatrisation et à la régénération des racines nerveuses.

IL VOUS EST RECOMMANDÉ DE CONSOMMER QUOTIDIENNEMENT UNE PETITE QUANTITÉ DES ALIMENTS SUIVANTS

POISSON	POULET	DINDE	BOEUF
PORC	OEUFS	FROMAGE BLANC	

Si vous ne pouvez pas ou ne voulez pas consommer l'un des aliments cités ci-dessus, vous devez vous procurer des boissons protéinées en poudre et / ou des barres protéinées dans un magasin d'alimentation biologique.

LÉGUMES

Certains légumes possèdent des propriétés anti-inflammatoires. Consommez une petite quantité des légumes suivants chaque jour.

CAROTTES	CÉLERI	BETTERAVES	TOMATES
BROCOLI	CHOUX DE BRUXELLES	ÉPINARDS	CONCOMBRES
RADIS	OIGNONS	LAITUE	

FRUITS

Les baies peuvent avoir une action anti-inflammatoire.

Myrtille	Mûre	Framboise	Fraise
----------	------	-----------	--------

BOISSONS (consommez exclusivement du sucre diététique)

Café	Thé	Sodas sans sucre	Eau
------	-----	------------------	-----

Les boissons faiblement alcoolisées sont autorisées occasionnellement.

AFIN DE MAÎTRISER LA PRISE DE POIDS, LES ALIMENTS SUIVANTS SONT INTRERDITS

lait consommation régulière de boissons sucrées jus de fruit pain, roulés, beignets

AFIN DE MAÎTRISER LA PRISE DE POIDS, LES ALIMENTS SUIVANTS SONT VIVEMENT DÉCONSEILLÉS (Consommez-en très rarement et avec parcimonie)

Pommes de terre, y compris frites

Blé

Gâteaux/Tartes

Pâtes/Pizza

Desserts

La maîtrise de la prise de poids est essentielle pour protéger la région lombaire et prévenir toute pression exercée sur les racines nerveuses de la queue de cheval.

ÉLIMINATION DE L'ÉLECTRICITÉ

Lorsque des racines nerveuses sont piégées ou agglutinées les unes aux autres, la circulation de l'électricité ne se fait pas normalement. Il s'agit ici de l'un des problèmes majeurs rencontrés dans ces situations : l'électricité s'accumule, intensifiant l'inflammation pour se libérer ensuite par à-coups gênants. C'est la raison pour laquelle les patients ressentent :

- ✓ des douleurs lancinantes et cuisantes
- ✓ des secousses et des tremblements dans les jambes
- ✓ une sensation de brûlures au niveau des pieds
- ✓ une élévation de leur température accompagnée de transpiration

Quand vous prenez quotidiennement des mesures visant à éliminer l'électricité contenue ou piégée dans votre organisme, vous n'éradiquez pas seulement les symptômes douloureux ou gênants mais vous diminuez également l'inflammation, renforçant ainsi la cicatrisation et la régénération nerveuse. Nous vous présentons ici des mesures de routine. Mettez quelques-unes d'entre elles en pratique chaque jour :

- ✓ Frottez votre dos avec du cuivre ou un aimant
- ✓ Portez des bracelets en cuivre autour des chevilles ou des poignets
- ✓ Utilisez des aimants dans vos chaussures ou vos matelas
- ✓ Portez beaucoup de bijoux
- ✓ Gardez la main sur les poignées de porte une seconde de plus que nécessaire.
- ✓ Prenez des bains (les sels d'Epsom sont bénéfiques)
- ✓ Caressez votre chien ou votre chat
- ✓ Marchez pieds nus sur les tapis ou dehors sur votre pelouse

**LES CATÉCHOLAMINES (Stimulants) POUR
TRAITER LA DOULEUR DE FORTE
INTENSITÉ ET INCOERCIBLE**

1. Méthylphénidate (Ritaline®) - 5, 10, 20 mg
2. Dextroamphétamine - 5, 10 mg
3. Sels d'amphétamine (Adderal®) - 5, 7.5, 10, 20, 30 mg
4. Phentermine (37.5 mg)

Si vous éprouvez une douleur de forte intensité et centralisée, provoquée par une arachnoïdite ou un syndrome régional douloureux complexe (SDRC), un syndrome post-viral, un traumatisme crânien ou une douleur de toute autre origine, il vous faudra presque toujours prendre un antalgique à base de catécholamine afin d'être soulagée efficacement.

LES ANTALGIQUES CHEZ LES PATIENTS ÉPROUVANT CONSTAMMENT UNE DOULEUR CENTRALISÉE

Pour un soulagement correct de la douleur, vous devez prendre au moins un médicament de chaque catégorie **ET** les prendre régulièrement toutes les 4 à 6 h.

LES OPIOÏDES:

TRAMADOL	MORPHINE	TAPENTADOL	HYDROMORPHONE
HYDROCODONE	CODEÏNE	METHADONE	OXYCODONE
OXYMORPHONE	LEVORPHANOL		

LES NEUROPATHIQUES (Inhibiteurs des Signaux de la Douleur)

KETAMINE	TOPIRAMATE	DIAZEPAME/ CLONAZEPAM/ALPRAZOLA
GABAPENTINE	CARISOPRODOL	PREGABALIN

CATÉCOLAMINERGIQUES (Remplacent l'adrénaline, la dopamine, la noradrénaline)

MÉTHYLPHENIDATE (2 accents)	SELS D'AMPHÉTAMINES
DEXTROAMPHÉTAMINE	PHENTERMINE

CRÈMES TOPIQUES (Massages)

LIDOCAÏNE	MORPHINE	CARISOPRODOL
-----------	----------	--------------

Les 4 catégories de médicaments citées ci-dessus, exceptées les topiques, doivent être absorbées au même moment selon ce calendrier journalier :

1 ^{ère} prise	2 ^{ème} prise	3 ^{ème} prise	4 ^{ème} prise
Entre 6 h et 8 h	Entre 10 h et midi	Entre 16 h et 18 h	Entre 20 h et 22 h

**COMMENT LES PATIENTS SOUFFRANT
D'ARACHNOÏDITE DOIVENT PRENDRE
LEURS MÉDICAMENTS**

1. **POTENTIEL** : La prise de tous les antalgiques y compris les opioïdes (tels que l'oxycodone, l'hydromorphone, le tramadol, etc.) et les non-opioïdes (tels que la gabapentine, la kétamine, ou les dextroamphétamines) doit s'effectuer en une fois et au même moment.
2. **PROTECTION GASTRIQUE** : La prise d'antalgiques doit s'accompagner de l'absorption d'un liquide anti-acide (par ex. Pepto-Bismol ou autre) pour prévenir les troubles gastriques.
3. **HORAIRE DES PRISES** : Les médicaments doivent être pris quatre fois par jour, toutes les 4 à 6 h durant la journée. Voici votre calendrier des prises :

1 ^{ère} prise	2 ^{ème} prise	3 ^{ème} prise	4 ^{ème} prise
Entre 6 h et 8 h	Entre 10 h et midi	Entre 16 h et 18 h	Entre 20 h et 22 h

4. **OPIOÏDES À ACTION LONGUE DURÉE** : Si l'un de vos médicaments fait partie de la catégorie des opioïdes à action longue durée (par ex. Nuncynta®, Oxycontin®, méthadone) leur absorption ne doit être programmée que lors des premières prises (entre 6 h à 8 h) et des dernières (entre 20 h à 22 h). Si vous prenez actuellement un opioïde en patch, poursuivez le traitement tout en essayant de l'interrompre, à moins que vous ne puissiez pas prendre d'opioïdes par voie orale.
5. **MÉDICAMENTS ENTRE LES PRISES** : La prise d'un médicament autre qu'un antalgique est acceptable s'il s'agit d'un anxiolytique, d'un complément alimentaire, d'un médicament hormonal ou d'un anti-nauséeux entre les prises des différents antalgiques.
6. **LES PRISES D'OPIOÏDES EN CAS D'URGENCE** : La prise d'un opioïde entre les prises journalières des différents antalgiques est tolérée mais cela doit être fait seulement en cas d'urgence. Si vous ressentez des accès de douleur dans les intervalles de vos prises journalières, vous devez augmenter le dosage de vos quatre prises. Les antalgiques sous forme topique (utilisés par voie de pénétration dermique) y compris les patches peuvent être utilisés entre les prises journalières. Utilisez également votre aimant entre les prises.
7. **TROUBLES DU SOMMEIL** : Votre dernière prise journalière d'antalgiques doit s'effectuer dans l'heure qui précède votre coucher. Prenez tout somnifère nécessaire 30 minutes à une heure avant votre coucher. Si la douleur vous réveille durant la nuit, vous pouvez prendre un antalgique entier ou coupé. Gardez votre antalgique sur votre table de nuit et effectuez la première prise à votre lever. Ne prenez pas de médicaments en position allongée. Prenez-les en position assise ou au mieux en position debout. Votre première prise sera plus efficace si elle s'effectue avant 7 h et jamais plus tard que 8 h.

8. EFFETS INDÉSIRABLES : Si l'un de vos antalgiques vous rend comateux ou provoque démangeaisons ou nausées, ou autres effets indésirables, vous devez simplement interrompre la prise de ce médicament et en trouver un autre.

9. CLÉS POUR COMPRENDRE : Les antalgiques pris ensemble "potentialisent" leur efficacité ou sont plus efficaces que lorsqu'ils sont pris séparément. Par exemple le tramadol pris en association avec Percocet® ou Norco® est l'un des antalgiques les plus puissants qui soient. Votre consommation journalière d'opioïdes doit rester à la quantité prescrite par votre médecin traitant ou par votre praticien hospitalier, une quantité de médicaments que votre pharmacien de proximité va vous fournir et que votre assurance va couvrir. Vous ne pouvez pas compter sur des médecins algologues, des neurologues ou autres spécialistes pour prescrire des opioïdes à haute dose, sur les pharmacies pour les stocker et les assurances pour les rembourser. A cause des restrictions réglementaires, du coût et de la pénurie de médecins spécialistes de la douleur, vous ne pouvez pas compter sur les opioïdes à haute dose.

MAÎTRISE DE LA DOULEUR APRÈS
LE WEEK-END CONSACRÉ À
L'ARACHNOÏDITE

1. **MÉDECIN TRAITANT ACTUEL** : Tout patient souffrant d'arachnoïdite doit mettre en place un traitement antalgique que votre médecin traitant actuel devra suivre.
2. **NOUVEAU CLIMAT** : Il n'est pas pratique ou raisonnable d'être dépendant des opioïdes à haute dose ou de médecins en dehors de votre communauté de proximité. Tous les spécialistes, y compris les algologues (spécialistes de la douleur) sont, de toute évidence, surchargés et incapables de vous aider de manière adéquate.
3. **NOUVEAU PROTOCOLE MÉDICAL** : Il n'y a pas seulement de nouveaux médicaments antalgiques. Il y a une nouvelle compréhension de leur posologie. Par exemple, un traitement efficace sera composé d'une dose raisonnable d'opioïdes, une quantité que le médecin de famille, le pharmacien de proximité ou encore les assurances vont soutenir. Un tel traitement pourra inclure également des agents de chacune des 4 catégories de médicaments suivantes : (1)opioïdes, (2)antalgiques neuropathiques/inhibiteurs des signaux électriques, (3)catécholamines et (4)topiques pour les massages corporels.
4. **TRAITEMENT À REMPORTEZ CHEZ SOI** : Vous devez suivre un traitement médicamenteux régulier pour le poursuivre à la maison et le présenter à vos médecins. Nous allons vous fournir un rapport écrit pour vous aider.
5. **LES OPIOÏDES NON ABSORBÉS PAR VOIE ORALE** : Les patients qui présentent des défauts du métabolisme des opioïdes et qui ne peuvent pas suivre efficacement un traitement à base d'opioïdes par voie orale devront se contenter du patch de fentanyl et de morphine par injection ou encore d'hydromorphone.

NEURO INFLAMMATION : **LE CHÂÎNON MANQUANT**

La raison pour laquelle les patients souffrant d'arachnoïdite n'ont pas été pris en charge efficacement jusqu'à présent est la suivante : la science médicale n'a pas encore compris que le système nerveux central génère chez ces patients une inflammation aux caractéristiques uniques comparée à celle que l'on peut rencontrer dans les articulations ou les muscles. Cet état est généré par les cellules microgliales et le patient ne répond pas ou n'est pas soulagé de manière suffisante, si ce n'est pas du tout par les anti-inflammatoires classiques ou l'hydrocortisone.

INFLAMMATION DE LA MOELLE ÉPINIÈRE : L'arachnoïdite se définit en premier lieu comme une inflammation du feuillet arachnoïdien des méninges. On parle d'arachnoïdite adhésive lorsque quelques racines nerveuses de la queue de cheval ou de la moelle épinière adhèrent ou s'attachent à la paroi à cause de l'inflammation. Les racines nerveuses de la queue de cheval qui sont enflammées apparaissent enflées, élargies, agglutinées et déplacées lors d'un IRM.

SYMPTÔMES ET CARACTÉRISTIQUES DE L'INFLAMMATION DE LA MOELLE ÉPINIÈRE (MÉDULLAIRE)

DOULEUR FATIGUE CRISES SOUDAINES FORMATION D'UN TISSU CICATRICIEL
TRANSPARATION /FIÈVRE AGGLUTINATION PROGRESSIVE/PARALYSIE

L'INFLAMMATION S'ACCUMULE : La neuro-inflammation augmente constamment et peut soudainement frapper ensuite avec une crise de douleur aiguë ou davantage de paralysie. Plus grave, elle continue de générer l'agglutination et la formation d'un tissu cicatriciel.

CAUSE DE L'ÉCHEC : Les patients souffrant d'arachnoïdite souhaitent naturellement se concentrer sur l'élimination de la fatigue occasionnée ou sur le soulagement de la douleur ou de la paralysie provoquées par la pathologie. Nous comprenons maintenant que tout traitement antalgique ou même tout traitement hormonal présente une efficacité qui reste marginale à moins que l'inflammation médullaire ne soit maîtrisée en priorité.

DIFFICULTÉS À MAÎTRISER L'INFLAMMATION DE LA MOELLE ÉPINIÈRE (MÉDULLAIRE) : Seuls deux médicaments identifiés à ce jour sont à même selon nous de maîtriser l'inflammation médullaire de manière fiable. Nous pensons que le régime alimentaire, l'application de cuivre ou d'un aimant et certains exercices d'entraînement de la moelle épinière peuvent être bénéfiques mais qu'ils sont insuffisants pour maîtriser pleinement l'inflammation de la moelle épinière et celle provoquée par l'arachnoïdite.

PRÉVENTION DE L'ACCUMULATION : Tout patient souffrant d'arachnoïdite doit suivre un traitement journalier, visant à empêcher une accumulation de la neuro-inflammation. Il s'agit là du chaînon manquant pouvant mener au soulagement et à la guérison.

L'IMPORTANTANCE DU PORT D'UN CORSET DORSAL

Il est surprenant de constater que peu de patients souffrant d'arachnoidite ou d'inflammation de la moelle épinière sont informés de l'importance du port d'un corset dorsal pour protéger la partie de leur corps endommagée.

SITUATION LA PLUS RISQUÉE : Le fait de prendre place en voiture ou dans un avion équipé de sièges dans lesquels on s'enfonce.

SITUATION DE DANGER : Le fait de marcher dans des endroits qui ne sont pas familiers tels qu'un centre commercial, une épicerie ou tout mouvement de foule.

Toujours porter un corset pour vous protéger dans les situations mentionnées ci-dessus.

**Il est essentiel de porter un corset dorsal
en cas de DOULEUR INTENSE**